

Felipe Demício Fernandes Pereira

Relatório de Estágio em Farmácia Comunitária

Relatório de estágio realizado no âmbito do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas, orientado pelo
Dr. Pedro Baptista e apresentado à Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra

Julho 2014



UNIVERSIDADE DE COIMBRA

Relatório de Estágio Curricular em Farmácia Comunitária


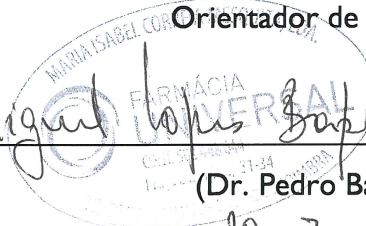
Eu, Felipe Demício Fernandes Pereira, estudante do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas, com o nº 2009009004, declaro assumir toda a responsabilidade pelo conteúdo do Relatório de Estágio apresentado à Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra, no âmbito da unidade curricular Estágio Curricular.

Mais declaro que este é um trabalho original e que toda e qualquer afirmação ou expressão, por mim utilizada, está referenciada na Bibliografia deste Relatório, segundo os critérios bibliográficos legalmente estabelecidos, salvaguardando sempre os Direitos de Autor, à exceção das minhas opiniões pessoais.

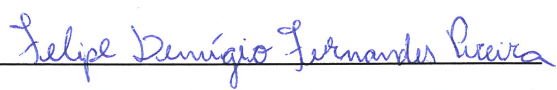
Coimbra, 11 de Julho de 2014.

Felipe Demício Fernandes Pereira

Estágio Realizado na Farmácia Universal
13 de Janeiro a 9 de Junho de 2014


Orientador de Estágio

10/7/2014

Estagiário


10/7/2014
(Felipe Demício Fernandes Pereira)

Agradecimentos

À extraordinária equipa da Farmácia Universal, pelo seu tempo e disponibilidade para ensinar e pelo acolhimento excepcional;

Aos docentes da Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra, pelas suas lições e incentivos para alcançar a excelência;

Aos colegas de Curso, pelo seu companheirismo, partilha e amizade;

À família e aos amigos, pela sua fé e apoio ao longo deste percurso;

Muito Obrigado!

A. Introdução	2
B. Organização e Gestão da Farmácia	2
B.1. Funcionamento	2
B.2. Aprovisionamento, Armazenamento e Gestão de Existências	3
B.3. Preparação de Medicamentos	4
C. Interação Farmacêutico/Utente/Medicamento	5
C.1. Dispensa de Medicamentos	6
C.1.1. Medicamentos Sujeitos a Receita Médica (MSRM)	6
C.1.1.a. Receituário	7
C.1.2. Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica (MNSRM)	7
C.2. Outros Produtos de Saúde	8
C.3. Produtos de Uso Veterinário	9
C.4. Cuidados de Saúde e Serviços Diversos	9
C.5. Indicação Farmacêutica de Medicamentos e Produtos de Saúde	10
D. Informação e Documentação Científica	12
E. Conclusões	13

A. Introdução

O estágio curricular em Farmácia Comunitária, para além de ser uma obrigatoriedade legal, é também uma oportunidade de grande valor para os alunos do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas que concluem agora a sua formação. Após nove semestres de formação teórica, prática e laboratorial, o estudante pode aplicar em contexto real os conhecimentos adquiridos e exercer aquela que é a atividade farmacêutica mais visível. A principal vantagem do estágio curricular prende-se com o contacto que o aluno tem com a realidade quotidiana de um farmacêutico em contexto comunitário, constituindo uma experiência que não pode ser adquirida somente com a formação académica, evidentemente, mas que é de extrema importância e utilidade para o seu futuro profissional.

Assim, o presente relatório tem por objetivo documentar e apresentar as atividades desenvolvidas e conhecimentos obtidos durante o estágio realizado na Farmácia Universal, realçando de forma crítica os aspectos positivos, negativos, favoráveis e desfavoráveis do mesmo.

B. Organização e Gestão da Farmácia

B.1. Funcionamento

Situada na Praça 8 de Maio, em Coimbra, em frente à Câmara Municipal, a Farmácia Universal serve utentes maioritariamente de uma faixa etária mais idosa, muitos deles doentes crónicos polimedicados em posição socioeconómica menos privilegiada. Contudo, a população que utiliza os serviços da Farmácia é muito heterogénea, abrangendo utentes de várias idades e estratos sociais, que não requerem apenas medicamentos, sujeitos a receita médica ou não, mas também outros produtos de saúde, entre eles suplementos alimentares e dispositivos médicos, havendo particular procura por produtos de dermocosmética. Contribuindo ainda mais para a diversidade populacional testemunhada no dia-a-dia, muitos utentes estão já fidelizados desde há muitos anos enquanto outros apenas usufruem dos serviços prestados por uma necessidade esporádica e muitos destes são turistas.

Com um horário de funcionamento contínuo das 8h às 19h, de segunda a sexta-feira, e das 8h às 13h, ao sábado, a Farmácia Universal beneficia habitualmente de uma grande afluência de utentes. Esta afluência, que se mantém relativamente constante durante todo o dia, existindo alguns picos de maior e menor movimento, como seria de esperar, evidencia

por vezes as limitações do espaço físico do estabelecimento, que possui uma História já longa e digna de admiração.

Estas pequenas limitações, aliadas aos fatores mencionados anteriormente, constituíram pontos fortes do estágio curricular pois mostraram que a gestão e organização de uma farmácia estão intimamente ligadas às necessidades da população servida e à própria situação do estabelecimento e, como tal, o contacto com as estratégias assumidas para essa mesma organização e gestão foi também um importante exercício de resolução de problemas, que só durante o estágio poderia ser experienciado.

B.2. Aprovisionamento, Armazenamento e Gestão de Existências

Para ir ao encontro das necessidades da população que serve, a farmácia tem de garantir que no seu *stock* existem quantidades de produto adequadas à procura pelos mesmos. Para tal são feitas diariamente encomendas aos diversos fornecedores. Este tipo de encomendas é dirigido essencialmente a empresas de distribuição grossista, que possuem um leque variado de produtos disponíveis em armazém, o que permite uma reposição célere do *stock*. Esta também é a opção mais simples e rápida nos casos de encomendas esporádicas de produtos com pouca rotatividade, em que a encomenda é feita aquando do surgimento da necessidade do utente. Outras vezes, e porque se prevê uma grande procura por determinados produtos, as encomendas podem ser feitas diretamente aos laboratórios através de delegados de informação médica que periodicamente visitam as farmácias. Estas apresentam a vantagem de serem economicamente mais favoráveis uma vez que as quantidades a receber são maiores.

Outro aspecto crítico a ter em conta é o ato da receção da encomenda, onde o colaborador responsável tem de verificar a conformidade dos produtos recebidos, nomeadamente as quantidades, o estado das embalagens, os preços impressos na cartonagem, os prazos de validade e ainda deverá verificar se toda a documentação recebida está de acordo com a encomenda efetuada e recebida. Para além disto, certos produtos exigem atenção especial na receção, como os Psicotrópicos e Estupefacientes, que necessitam de documentação adicional, e produtos que devam ser armazenados a temperaturas inferiores à do ambiente, que devem ser prontamente colocados nas condições adequadas.

Aliado a estas atividades está o armazenamento dos produtos, evidentemente. Esta é uma tarefa que requer constante atenção e execução cuidada e ágil, na qual tem de se garantir o correto acondicionamento das embalagens e que este seja feito de forma lógica para reduzir os tempos de espera do utente. Paralelamente a todo este processo, é

imperativo a verificação dos prazos de validade de todos os produtos que são recebidos, dispensados e, periodicamente, dos que estão em *stock* para garantir que a utilização dos mesmos pelo utente seja a mais segura e de melhor qualidade. Uma estratégia importante a adotar é a do conceito *first in, first out* de modo a escoar em primeiro lugar os produtos com validades mais curtas que estão armazenados há mais tempo assegurando a inexistência de unidades no *stock* fora do prazo.

Todas as inconformidades detetadas devem ser resolvidas no espaço de tempo mais curto possível, muitas vezes requerendo a comunicação das mesmas aos fornecedores envolvidos de forma a que nem estes nem a farmácia e principalmente o utente sejam prejudicados.

O conjunto das tarefas descritas torna clara a complexidade da gestão, armazenamento e aprovisionamento das existências de uma farmácia, que terá de ter em conta não só o facto de esta exercer uma atividade comercial privada, mas também a sua realidade enquanto espaço de promoção da saúde da população que usufrui dos seus serviços. O contacto com ditas tarefas durante o estágio é portanto um elemento essencial e indispensável à formação de um farmacêutico e foi benéfico que esse contacto tenha sido feito antes do contacto com os utentes pois assim o atendimento pôde ser desenvolvido tendo em atenção o potencial de resposta às necessidades encontradas.

B.3. Preparação de Medicamentos

A preparação de medicamentos é uma atividade reservada aos farmacêuticos e atualmente justifica-se a produção de medicamentos manipulados na farmácia comunitária devido a necessidades de ajuste terapêutico para determinados doentes e situações clínicas, à curta estabilidade dos constituintes da formulação impedindo a sua produção a nível industrial ou à baixa rentabilidade económica que teriam se fossem produzidos dessa forma. No entanto, a realidade que se encontra diariamente mostra que na sua maioria as especialidades farmacêuticas são preferidas para satisfazer os requisitos terapêuticos da população por uma questão de comodidade, pois são muito raras as situações em que medicamentos manipulados são solicitados. Este facto constitui um ponto fraco do estágio já que não se pode por em prática o que foi aprendido durante o percurso académico anterior e pode apresentar-se também como uma ameaça à atividade farmacêutica se se considerar que o farmacêutico poderá visto como um profissional que dispensa medicamentos e não participa na sua produção.

Contudo, estes aspectos negativos são contrabalançados pelo facto de muitos utentes confiarem ao farmacêutico a tarefa de reconstituição de preparações

extemporâneas, o que acontece com mais frequência do que a preparação de medicamentos manipulados, revelando confiança no profissional e nas suas competências, mesmo que esta tarefa seja menos exigente do que a anterior.

C. Interação Farmacêutico/Utente/Medicamento

Tal como foi referido anteriormente, à Farmácia Universal está fidelizada uma grande quantidade dos utentes que dos seus serviços usufruem e muitos deles já a frequentam quase exclusivamente há largos anos. Este facto reflete a preocupação que ainda hoje os seus colaboradores têm em proporcionar à população o melhor serviço possível e é esta preocupação que um farmacêutico deverá ter sempre em mente no desenvolver das suas funções profissionais, especialmente aquando do atendimento do utente.

Devido à diversidade de pessoas que procuram os serviços da farmácia e às diferentes razões que estão por trás dessa procura, o farmacêutico tem de saber adaptar a sua forma de estar e comunicar dependendo das características do utente e das suas necessidades. Deverá sempre certificar-se de que a informação que transmite, verbal ou escrita, é clara e compreensível, para que a utilização dos medicamentos e outros produtos que cede seja a mais segura, eficaz e de melhor qualidade. Pode-se então falar na promoção do Uso Racional do Medicamento que passa por informar os utentes das indicações terapêuticas do medicamento, da posologia adequada, da forma correta de armazenamento, da importância da adesão à terapêutica, mas também da importância da não utilização de medicamentos se estes não forem a solução mais apropriada para a situação em questão. Sempre que o farmacêutico, pelas informações que recebe do utente, suspeitar que tenha ocorrido uma reação adversa a um medicamento, deverá comunicar essa ocorrência ao Centro de Farmacovigilância do INFARMED (Autoridade Nacional do Medicamento e Produtos de Saúde I.P.). O atendimento e a comunicação com o utente devem ter como fim a promoção da saúde deste e da população em geral, independentemente de outros fatores paralelos que possam interferir com esse objetivo. Como tal, durante a interação com o utente, e também com outros profissionais de saúde e não só, o farmacêutico terá de ter em atenção as normas e orientações jurídicas, éticas e deontológicas que se lhe aplicam, pois permitem que a atividade profissional se exerça para atingir o objetivo a que se destina.

Durante o estágio curricular o contacto com farmacêuticos mais experientes é constante e, portanto, é um claro ponto forte permitindo ao estagiário não só observar o trabalho realizado mas também desenvolver as competências necessárias relativas à vertente

social da sua futura atividade, seguindo o exemplo dos especialistas que o acolhem. O Curso oferece poucas oportunidades para o desenvolvimento dessas competências e, por isso, pode afirmar-se que este é um aspecto negativo da formação académica.

C.1. Dispensa de Medicamentos

De todas as atividades que um farmacêutico realiza em uma farmácia comunitária, a dispensa de medicamentos é sem dúvida aquela com maior visibilidade e a mais solicitada pelos utentes e, portanto, o farmacêutico deverá ter um papel ativo no ato da mesma. Esta última não se trata apenas de efetuar uma transação comercial, sendo um serviço que visa a promoção da saúde. Tendo em conta as características dos medicamentos, a sua dispensa deverá ser acompanhada de um aconselhamento que forneça as informações necessárias à sua correta utilização.

A principal vantagem da execução desta atividade durante o estágio curricular é a oportunidade que o estagiário tem para aplicar em contexto real os conhecimentos teóricos adquiridos ao longo da sua formação. Embora alguns medicamentos e substâncias ativas tenham sido pouco explorados durante a aprendizagem teórica, essa lacuna é facilmente corrigida pelo apoio fornecido pelos farmacêuticos que acolhem os estagiários e pela própria informação disponível para consulta.

C.1.1. Medicamentos Sujeitos a Receita Médica (MSRM)

A maioria dos utentes que se dirigem à farmácia traz consigo uma ou mais receitas médicas no sentido de adquirir os medicamentos prescritos. Perante uma receita médica o farmacêutico tem de certificar que esta está completa e de acordo com todas as exigências legais que a ela se aplicam nesse momento antes de poder aviar os medicamentos prescritos e se tal não acontece o utente terá de retornar com uma receita médica válida. Adicionalmente, deve ser feita uma análise crítica da prescrição no sentido de identificar quaisquer potenciais interações negativas, contraindicações ou duplicações da terapêutica que possam de alguma forma ser prejudiciais à saúde e bem-estar do doente. Para tornar essa avaliação mais correta o farmacêutico deve, sempre que for possível, recorrer ao historial clínico do utente e dos seus hábitos medicamentosos, principalmente se for doente crónico ou fidelizado à farmácia. No entanto, o farmacêutico não pode alterar a prescrição médica e sempre que entender que existe algo que possa lesar de alguma forma o doente, deverá fazer o possível para que a situação seja esclarecida com o médico prescriptor.

Na maioria das situações encontradas durante o estágio, a receita prescrita permitia ao utente decidir se pretendia receber um medicamento genérico, pois a prescrição deve ser

feita por Denominação Comum Internacional (DCI). Por vezes o utente mostrava-se confuso e desconfiado em relação à variedade tremenda de medicamentos genéricos disponíveis, o que mostra que muitas vezes o farmacêutico deve ter um papel de educador para esclarecer qualquer dúvida em relação a estes produtos sem interferir na decisão informada a que o utente tem direito.

C.1.1.a. Receituário

O processamento e a faturação do receituário servem dois propósitos. O primeiro é o de garantir que as receitas foram aviadas sem erros e que o doente recebeu a medicação correta e o segundo é o de certificar que a farmácia recebe o reembolso do valor da comparticipação dos medicamentos dispensados. Este é um processo que começa na dispensa de MSRM, onde o farmacêutico deve estar atento e analisar criticamente a receita em mãos. Todos os meses as receitas têm de ser validadas e organizadas consoante o organismo participante e por lotes, atribuídos automaticamente pelo sistema informático no ato da dispensa. A documentação adicional deve ser emitida, validada e enviada juntamente com as receitas para as entidades responsáveis pela sua recolha. Caso tenha ocorrido algum erro que não tenha sido detetado anteriormente, as receitas em causa são enviadas novamente à farmácia para que a situação seja resolvida.

O estagiário, ao contactar com este processo, pode compreender melhor a importância da realização de um atendimento ao utente e de uma gestão da farmácia mais rigorosa e de melhor qualidade.

C.1.2. Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica (MNSRM)

A existência deste tipo de medicamentos constitui uma mais-valia no tratamento de situações clínicas simples, sem gravidade e passageiras. As principais razões que levam os utentes a recorrer à automedicação são a sua exposição à publicidade, a dispensabilidade da consulta médica, a experiência positiva anterior, sua ou de familiares e amigos, e uma noção irreal de que não causam qualquer problema de saúde. É aqui que o farmacêutico, como o único profissional de saúde com quem o utente contacta, tem de intervir para evitar qualquer tipo de utilização inapropriada destes medicamentos, pois nenhum deles está livre de constituir perigo à saúde quando mal utilizados.

As situações de automedicação, em geral, não se devem prolongar por mais de uma semana, assim como a terapêutica deve ser interrompida se houver agravamento de sintomas. É necessário que o utente compreenda que a automedicação pode mascarar sinais e sintomas associados a patologias mais graves e que o farmacêutico o pode ajudar a

identificar situações em que é necessário recorrer à consulta médica. Esta é a principal oportunidade que o farmacêutico tem para mostrar à população as vantagens de adquirir MNSRM em farmácias ao invés de outros locais onde um aconselhamento farmacêutico não está disponível.

C.2. Outros Produtos de Saúde

Na farmácia estão também disponíveis outros produtos de saúde que podem ser utilizados sozinhos ou em complementaridade com os medicamentos e outros produtos de modo a potenciar os ganhos em saúde trazidos por uns e outros.

Os que mais visibilidade possuem são os produtos de dermocosmética e higiene corporal, devido à sua disposição no espaço de atendimento ao público. São mais procurados pela população feminina e o tipo de produto procurado varia ao longo do ano consoante a estação e ações publicitárias levadas a cabo pelas diferentes empresas que os comercializam.

Outro grupo de produtos com rotatividade considerável são os produtos dietéticos e de alimentação especial. Ocasionalmente eram cedidos produtos destinados à alimentação de lactentes e crianças até três anos de idade, como leites e papas, mas na sua maioria, os suplementos alimentares eram os mais solicitados, principalmente os que visavam a melhoria do desempenho intelectual e geral do organismo.

Por vezes, estes últimos continham na sua composição extratos de plantas, mas não eram os únicos, pois existe uma variedade grande de outros produtos fitoterapêuticos disponíveis, como cápsulas e chás. Alguns utentes procuram estes produtos com a ideia errada de que eles não têm qualquer contra-indicação e não podem ocorrer quaisquer reações adversas, dado que têm origem natural. Aqui o farmacêutico pode intervir e educar melhor o utente em relação a estes produtos.

Os dispositivos médicos também eram solicitados com frequência no dia-a-dia da farmácia. Meias elásticas e de descanso eram procuradas principalmente por pessoas cuja profissão obriga a que estejam em pé durante muito tempo, assim como sapatos ortopédicos, embora estes fossem preferidos por utentes mais idosos. Outros dispositivos com elevada procura eram termómetros, chupetas, palmilhas, copos de recolha de urina e testes de gravidez. Isto mostra que o modo de utilização dos dispositivos é uma informação importante que o farmacêutico tem de conhecer para poder transmitir ao utente.

Medicamentos homeopáticos são também solicitados por alguns utentes, geralmente após uma consulta com um especialista dessa área. Este método terapêutico ainda não está

totalmente compreendido, mas já existem pessoas que preferem recorrer à homeopatia, sempre que possível evitando a medicina convencional.

Com a exceção talvez dos produtos fitoterapêuticos, a indicação destes outros produtos de saúde revelou-se pouco acessível a um estagiário, comparativamente à indicação de medicamentos não sujeitos a receita médica. Durante a formação académica, as oportunidades para explorar estas áreas foram muito escassas, havendo somente uma unidade curricular que abordava temas de dermocosmética e outra para os dispositivos médicos, esta última de carácter opcional. Todavia, este ponto fraco do Curso é, até certo ponto, corrigido graças à experiência dos farmacêuticos que acolhem os estagiários e à sua vontade de ensinar e contribuir para a formação destes.

C.3. Produtos de Uso Veterinário

A preocupação com o bem-estar de animais de estimação e de produção leva a que exista uma procura por produtos de uso veterinário. Estes estão armazenados em local separado dos produtos de uso humano. Os mais solicitados são os antiparasitários internos (que se apresentam normalmente sob a forma de comprimidos mastigáveis e palatáveis) e os antiparasitários externos (em pipetas para a eliminação e prevenção ou em coleiras preventivas), mas também estão disponíveis contraceptivos veterinários e produtos de higiene como champôs.

A existência destes produtos na farmácia pode ser considerado um aspecto positivo do estágio, tendo em conta que o farmacêutico também deve possuir competências relacionadas com a área veterinária, sendo importante o contacto com produtos para uso animal durante a sua formação.

C.4. Cuidados de Saúde e Serviços Diversos

A ação que um farmacêutico tem durante a atividade que exerce no ramo comunitário não se deve limitar à dispensa e aconselhamento de medicamentos e produtos de saúde. Enquanto profissional de saúde, pode intervir de outras formas na promoção da saúde da população.

É possível realizar medições da glicémia capilar, da colesterolémia total capilar, pressão arterial e frequência cardíaca, peso, altura e Índice de Massa Corporal (IMC). Estes parâmetros são de particular interesse, pois estão associados às situações clínicas mais prevalentes na população, facto facilmente constatável pela observação da grande quantidade de receitas trazidas pelos utentes onde estão prescritos Antidiabéticos Orais, Preparações Injetáveis de Insulina, Estatinas e Anti-hipertensores. Para medir os valores de peso, altura,

IMC, pressão arterial e frequência cardíaca existe uma máquina na área de atendimento ao público onde se colocam as moedas necessárias e o farmacêutico ajuda o utente a posicionar-se corretamente. Para a pressão arterial e frequência cardíaca também se poderá utilizar um aparelho portátil destinado a esse fim e a medição é feita no gabinete do utente, proporcionando maior privacidade. São aí realizadas também as medições de glicémia e colesterolémia total, uma vez que são necessários cuidados especiais relacionados com a punção na realização das mesmas.

A vantagem destes serviços prende-se com a potencialidade de acompanhamento do utente ao longo do tempo, sendo uma medição esporádica e isolada de pouco significado clínico. Um atendimento deste tipo é muito mais pessoal e permite ao farmacêutico ajudar na interpretação dos valores obtidos e educar melhor o utente no sentido de promover melhores hábitos e estilos de vida.

Outro serviço disponibilizado é o da recolha de medicamentos fora do prazo de validade, embalagens vazias, medicamentos que não estão em condições de ser utilizados ou que já não são necessários. Esta recolha é promovida pela VALORMED e visa não só evitar a utilização incorreta dos medicamentos, mas também a proteção do meio ambiente, pela eliminação mais adequada dos mesmos.

Todos estes serviços mostram que o farmacêutico não é apenas o especialista do medicamento, como também um agente de saúde pública. A possibilidade de contactar com estes serviços durante o estágio é uma clara vantagem para o estagiário, uma vez que poderá desenvolver mais competências de interação com os utentes e poderá pôr em prática conhecimentos adquiridos ao longo do Curso.

C.5. Indicação Farmacêutica de Medicamentos e Produtos de Saúde

Muitos são os utentes que recorrem à farmácia para resolver situações que lhes parecem ser simples e sem gravidade e na maioria das vezes assim o são. Apresentam-se de seguida alguns desses casos:

- Uma utente do sexo feminino, com aproximadamente 50 anos, dirige-se à farmácia a meio da manhã queixando-se que sentia os olhos secos. Referiu que essa sensação de incómodo tinha começado no início da manhã, após ter estado em uma sala com o ar condicionado ligado. Não apresentava exsudado, dores de cabeça nem fotofobia, não utilizava lentes de contacto. A utente acrescentou que iria estar fora de casa o resto do dia e perguntou se não existiriam gotas que pudesse aplicar durante o dia. Foi então cedida uma solução oftálmica de conforto, Hidrocil Filac®. A utente foi aconselhada a aplicar 1-2 gotas em cada olho, 4-5 vezes ao dia (quando sentir mais incómodo), lavar as mãos antes e depois

da aplicação, não tocar com o aplicador no olho ou em outras zonas pois aumenta o risco de infeção, fechar bem o frasco após a aplicação, consultar um médico se em cerca de 48h não se verificar melhoria, não voltar a utilizar o produto se tiver passado 1 mês ou mais da data de abertura.

- Um utente do sexo masculino, com cerca de 25 anos, dirige-se à farmácia e refere que tem dores musculares na zona do trapézio. Questionado acerca do início das dores, indica que começaram pela manhã após ter dormido numa posição desconfortável, que não é habitual ter essas dores e que durante o dia teve de realizar esforços, o que não favoreceu a situação. Também responde que não sofre de doenças crónicas e já tomou anti-inflamatórios noutras ocasiões sem aparecimento de quaisquer problemas. Foi cedido Voltaren Emulgel® e o utente foi aconselhado a aplicá-lo na área afetada 3-4 vezes ao dia durante 2-3 dias, com uma leve massagem, a dormir numa posição mais confortável, de preferência com as costas voltadas para baixo, e a evitar mais esforços. Também foi referido que, se ao fim desse tempo não se sentisse melhor ou em algum momento a situação piorasse, para consultar um médico.

- Um utente do sexo masculino, com aproximadamente 40 anos de idade, dirigiu-se à farmácia e queixava-se de episódios de diarreia. Referiu que tinham começado no fim do dia anterior e que tinha dormido mal devido à necessidade de ir à casa de banho. Ao ser questionado, o utente respondeu que as fezes eram pouco consistentes e não sanguinolentas e que não tinha febre acrescentando que se sentia bem, excetuando as dejeções frequentes. Não estava a tomar antibióticos ou outros medicamentos. Também comentou que estava a beber bastante água, pois já sabia que devia tentar evitar a desidratação. O utente foi então aconselhado a continuar a hidratação, notando que sopas sem sal e sumos naturais frescos também podem ajudar, e foi cedido Imodium Rapid®, tomando 2 comprimidos orodispersíveis como dose inicial e mais 1 a cada dejeção de fezes não consistentes, num máximo de 8 por dia. Informou-se ainda que se a situação não se resolvesse num prazo de 48h ou se piorasse, o utente deveria interromper a terapêutica e consultar um médico.

- Uma utente do sexo feminino, com cerca de 40 anos de idade, dirige-se à farmácia com queixas de prurido vaginal e solicita Gino-Canesten®. Foram colocadas algumas questões e delas apurou-se que a utente também experienciava corrimento vaginal branco, não tinha febre ou dores, não estava grávida, não sofria de diabetes nem de doenças que pudessem comprometer o sistema imunitário, não teria tido comportamento sexual de risco. A utente também referiu que já tinha utilizado o medicamento anteriormente com resultados positivos e averiguou-se que conhecia o modo de utilização (uma aplicação o mais profundamente na vagina possível, uma vez por dia ao deitar, durante 6 dias consecutivos,

devendo ser concluído antes do início da menstruação) devido à ocorrência deste tipo de queixas cerca de 2 vezes por ano. Questionou-se ainda se realizava a higiene íntima com um produto adequado, ao que a utente respondeu negativamente. Foram então cedidos o medicamento solicitado no início do atendimento e ainda um produto de higiene íntima para ser usado não só enquanto tivesse os sintomas, mas também ao longo do ano de forma a prevenir essas situações. Aconselhou-se também a não ter relações sexuais durante o tratamento e não utilizar produtos à base de látex até uma semana após conclusão do mesmo, preferindo outros meios, e a consultar um médico caso não houvesse melhoria dos sintomas ao fim dos 6 dias ou se estes piorassem.

- Uma utente do sexo feminino, com aproximadamente 30 anos, dirige-se à farmácia dizendo que se sente constipada, mas não tem a certeza do que pode tomar uma vez que está grávida, ainda no primeiro trimestre. Questionando a utente, verifica-se que apresenta congestão nasal, rinorreia e irritação da garganta desde a noite anterior e queixa-se que, por se assoar com muita frequência, começa a sentir irritação na pele à volta do nariz. Refere também que começou a sentir dor de cabeça ligeira durante a manhã e que no passado já teria utilizado paracetamol para tratar queixas semelhantes. Dessa forma, dispensou-se uma embalagem de água do mar isotónica em *spray* (lavagem das fossas nasais 2-3 vezes ao dia), paracetamol em comprimidos (500mg, 2-4 vezes ao dia, apenas se houver cefaleia ligeira e/ou febre ligeira) e reбуçados com essências de eucalipto e hortelã-pimenta (1 reбуçado a cada 2-3h). Aconselhou-se a utente a efetuar o tratamento durante cerca de 3 dias e consultar o seu médico caso não haja melhorias, haja agravamento da situação ou surgimento de novos sintomas. A utente referiu também que recentemente adquiriu um bálsamo para lábios e nariz e indicou-se então a aplicação do mesmo na zona de pele irritada.

D. Informação e Documentação Científica

Devido ao carácter científico da sua profissão e a importância que a mesma tem na sociedade, o farmacêutico deve manter-se sempre atualizado em relação aos avanços do conhecimento farmacêutico e médico. Para tal, na farmácia encontram-se exemplares atualizados de documentos de carácter obrigatório e também opcional, assim se for necessário consultar alguma fonte para esclarecer uma dúvida que surja pode-se fazê-lo imediatamente, garantindo um bom nível de qualidade técnico-científica na prestação do serviço.

Outras fontes de informação científica acerca de produtos de saúde podem ser formações promovidas pelas empresas que os comercializam. Estas são particularmente úteis para dar a conhecer ao farmacêutico novos produtos permitindo-o fornecer um aconselhamento mais rico e atualizado. Por vezes estas formações acontecem na própria farmácia, num local afastado da sala de atendimento ao público, ou também podem ser ministradas noutra local com maior capacidade. As formações deste género constituem um ponto forte do estágio curricular pois permitem ao estagiário começar a conhecer a oferta disponível na farmácia e a saber onde pode recolher informações para no futuro se manter atualizado.

E. Conclusões

Após sensivelmente cinco meses de estágio em farmácia comunitária, foi possível constatar que o estatuto do farmacêutico enquanto agente de saúde pública não é um aspecto que se deve encarar despreocupadamente. A sociedade deposita no farmacêutico a sua confiança e este tem de ir ao encontro das expectativas de realização de um trabalho técnico-científico de máximo rigor. Esta experiência revelou que o farmacêutico pode ter um papel muito mais ativo na promoção da saúde das populações do que aquele que por vezes aparenta ter e que muito ainda pode ser feito para que esse papel seja ainda mais visível e positivo.

O estágio curricular constituiu, portanto, uma etapa crucial da formação, sendo precisamente aqui onde existe a oportunidade de o estudante unir o conhecimento teórico com a experiência. Pode ser apontada uma crítica em relação à realização do estágio apenas no final do Curso, que é o facto de a adaptação ao ambiente de uma farmácia e às suas exigências ter de ser feita de uma forma repentina em vez de gradual, como seria se houvesse a exigência de realização de estágios preliminares nos anos anteriores ao de conclusão da formação. Ainda assim, o valor educativo desta experiência é elevado e foram também muito valiosas as lições retiradas dela, tanto a nível profissional quanto a nível pessoal.

Pode-se, dessa maneira, concluir que o estágio curricular proporciona uma experiência positiva e indispensável à formação de futuros profissionais competentes e empenhados em contribuir para o desenvolvimento de uma sociedade equilibrada e harmoniosa.